

Mädchenaktionstage 2021 in Wettenberg

Während der Mädchenaktionstage habt Ihr die Möglichkeit, an **einem Workshop** teilzunehmen. Bitte gebt einen Erstwunsch und einen Zweitwunsch an. Falls Euer erster Wunsch nicht berücksichtigt werden kann, versuchen wir Euren Zweitwunsch zu erfüllen.

Hiermit melde ich mich für folgende Workshops an:

Ein Workshop Mittwoch und Donnerstag

	1.Wunsch	2.Wunsch
„Restholz“ – schön und praktisch genutzt		
„Water-Colour“ trifft „Alcohol Ink“		
Schön = Gesund = Gut?		
Fotografie		
Hip-Hop meets Cheerleading		
Taschen Nähen		
Powergirls		
Skaten		
Jeder hat eine Meinung über Deinen Körper? Was ist Deine Meinung?		
Shinrin Yoku – Das „Baden“ in der Waldatmosphäre		
Theater		

Workshops

„Restholz“-schön und praktisch genutzt

Es hat sich viel Restholz angesammelt, das verarbeitet und nicht verbrannt werden will. Mit Chloé und Claudia könnt Ihr einen riesigen Stapel Holzbretter sinnvoll für Eure Zwecke verbauen und nach Eurem Geschmack gestalten. Die Bretter eignen sich perfekt für Regale, Pinwände, Memoboards, Blumenkastenverkleidungen,

Brandmalerei, Kunstwerke usw. Wir freuen uns auf Euch und Eure Ideen.

„Water-Colour“ trifft „Alcohol Ink“

Kreative Bilder mit den beiden Techniken „Water-Colour“ und „Alcohol Ink“ herstellen, kann so einfach sein, wenn man weiß wie. Was sich erstmal etwas kompliziert anhört, entpuppt sich jedoch als ein wunderbares und spielend leichtes Erlebnis. Gemeinsam begeben wir uns auf die Reise in die Welt der Farben und kreieren Kunstwerke mit den neuen Techniken. Je individueller und einzigartiger Deine Kunstwerke werden, desto besser! Denn: Jeder hat einen eigenen Geschmack und jeder empfindet Schönheit anders! Lili und Nicole

Schön = Gesund = Gut?

„wie sich Ernährung und Aussehen gegenseitig beeinflussen“

In diesem Workshop wenden wir uns Fragen zu wie: Was macht eigentlich einen Körper schön/attractiv? Sind Kalorien wirklich schlecht für´s Abnehmen? Wie geht gesundes Abnehmen? Ist vegane Ernährung eigentlich automatisch auch gesund? Gemeinsam wollen wir anhand verschiedener Methoden unser eigenes Körperbild hinterfragen: Wie hat eine Frau im 21. Jahrhundert idealerweise auszusehen und wollen wir überhaupt so aussehen? Außerdem erarbeiten wir spielerisch den Zusammenhang von Ernährung, Aussehen und Gesundheit.

SHZ Gießen e.V., Nicola und Larissa

Fotografie: Die Welt durch meine Linse sehen

Du machst gerne Bilder, von Dir oder der Welt um Dich herum? Du interessierst Dich für Bildgestaltung und digitale Bildbearbeitung?

SUPER, dann bist Du hier genau richtig!

Im Workshop „Die Welt durch meine Linse sehen“ beschäftigen wir uns mit der Vielfalt des Fotografierens. Du lernst z. B. wie eine Digitalkamera funktioniert, welche Möglichkeiten sie Dir bietet, was du beachten musst, um gelungene Fotos zu machen und/oder wie Deine Bilder kreativ am Computer bearbeitet werden. Ideal ist es, wenn Du eine eigene Kamera hast und sie zum Workshop mitbringen kannst. Solltest Du keine Kamera besitzen, ist dies auch kein Problem, denn es gibt Kameras, die uns zur Verfügung stehen. Alex

Hip-Hop meets Cheerleading

Ihr habt Lust zu tanzen und gleichzeitig etwas Neues auszuprobieren? Dann seid ihr hier genau richtig! Wir verbinden moderne Hip-Hop-Schritte mit Elementen aus dem Cheerleading. Neben Akrobatik, Turnen, Tanzen und Anfeuerungsrufen erarbeiten wir gemeinsam zu aktueller Hip-Hop-Musik eine coole Choreographie.

Karina

TASCHEN NÄHEN

Taschen selber nähen ist viel einfacher, als man denkt. Ob Turnbeutel, Shopper, Kosmetiktäschchen, Handytäschchen oder Stiftemäppchen; mit oder ohne Reißverschluss. Dies alles kannst Du in diesem Workshop kennen lernen; Du kannst Dir Deine individuelle Tasche selbst gestalten. Und, Taschen hat man nie genug! Deshalb lohnt sich jedes Nähprojekt zum Thema Tasche, ob für Dich selbst oder als Geschenk. Ein paar Nähkenntnisse wären gut, sind aber nicht zwingend erforderlich. Für die Materialien erheben wir einen Kostenbeitrag von 5,00 €. Nora und Uli

Powergirls – Wendo-Workshop

Durchsetzen, sich wehren, mit Sprache, Stimme und Körperhaltung. Eigene Grenzen erkennen und verteidigen. Kraft und Stärke mobilisieren. Hier werdet Ihr merken, was alles in Euch steckt! Von und mit Unvergesslich Weiblich e.V.

Skaten

Du denkst Skateboard fahren ist was für Jungs? – Quatsch! Auch Mädchen dürfen sich auf die Nase legen, ohne dass es peinlich ist. Beim Skaten lernst Du nicht nur, die eigene Angst zu überwinden und hartnäckig an einer Sache dran zu bleiben, sondern auch, dass es egal ist, was andere Leute von Dir denken. Noch dazu ist das Skateboard Deine Eintrittskarte in eine unglaublich nette Community von coolen Menschen, die Zeit miteinander verbringen, sich gegenseitig unterstützen und zusammen Spaß haben.

In unserem Workshop wollen wir Euch die Chance geben, in diese Sportart reinzuschmecken und Euch selbst auszutesten. Dafür stellen wir Euch nicht nur Boards, sondern auch die Skatelounge in Gießen zur Verfügung, die mit zahlreichen

kleinen Rampen auch für Skateanfänger viel Spaß garantiert. Franzi und Sindy

Jeder hat eine Meinung über Deinen Körper? Was ist Deine Meinung?

Jeder hat eine Meinung über Deinen Körper? Was ist Deine Meinung? Hashtag Bodyshaming, Bodypositivity, Loveyourself vs. Filter, Schönheitsideale, Likes. Hast Du Lust mit uns Instagram- und/oder Youtube-Videos zu drehen, damit wir auch andere über Bodypositivity informieren?

Wir warten auf Deine coolen Ideen für Videos. Wenn Du keine Erfahrung hast, ist auch kein Problem. Wir werden Videos ohne Dein Gesicht veröffentlichten (mit Einverständniserklärung Deiner Eltern).

Wir beschäftigen uns mit den Grenzen eines Flirts, sexualisierter Gewalt und verschiedener Körperformen. Am zweiten Tag gibt es außerdem ein Fotoshooting mit Verkleidung. Spaß ist auf jeden Fall dabei! Lara (Beraterin Wildwasser) und Julia (Jugendbildungsreferentin LK Gießen)

Shinrin Yoku - Das „Baden“ in der Waldatmosphäre

Beim Waldbaden erlebst Du eine ganz besonders „entspannte Zeit“. Der Workshop wird im Wald stattfinden. Einatmen - Ausatmen - zur Ruhe kommen - Waldkraft erleben. Mit allen Sinnen staunen - entdecken - wahrnehmen und dabei Stress und Überforderung abbauen. Du entdeckst Deine innere Stärke und nimmst diese Erfahrung mit in Deinen Alltag. Mit spielerischen Übungen gehörst Du zu einem tollen Team und mit kreativen und nonverbalen Aufgaben erlebst Du ein unvergessliches Gemeinschaftsgefühl. Bei Regen findest Du Schutz unter Baumzelten, aber denke bitte trotzdem an wetterfeste Kleidung. Wir freuen uns auf Dich! Reloaded, Sabine

Theater

Du hast Lust andere Rollen zu spielen? Eine andere Person zu sein? Dann bist Du hier genau richtig. Singen, Tanzen, Theater spielen und das am liebsten alles auf einmal? In diesem Workshop lernst Du verschiedene Übungen und vieles mehr aus dem Schauspielunterricht kennen. Marisa

- Weiter im Programm geht's auf der Rückseite -



Neben dem Facharbeitskreis Mädchenarbeit im Landkreis Gießen werden die Mädchenaktionstage unterstützt von den Jugendpflegen bzw. Kinder- und Jugendbüros der Kommunen Grünberg, Reiskirchen, Buseck, Lollar, Fernwald, Pohlheim, Linden, Lich, Wettenberg, Hungen, Heuchelheim, Biebental, Staufenberg sowie anderen gewerblichen Sponsoren.

Vielen herzlichen Dank!!!

Anmeldeschluss: 27.09.2021

Bitte per E-Mail, Brief oder Fax an:
Jugendbildungswerk des Landkreises Gießen
Bachweg 9, 35398 Gießen
jugendfoerderung@lkgi.de
Fax: 0641 9390-2209

Anmeldung

Hiermit melde ich meine Tochter verbindlich für die Mädchenaktionstage am 13. und 14. Oktober 2021 an.

Teilnehmer*in

Name: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

Geb.datum: _____

Vegetarier*in/ Sonstiges

Personensorgeberechtigte*r

Name: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Ich erlaube meiner Tochter sich in Kleingruppen in Wettenberg zu bewegen. ja nein

Während der Mädchenaktionstage wird zu dokumentarischen Zwecken fotografiert. Ich willige ein, dass Fotos von meiner Tochter den Teilnehmer*innen der Mädchenaktionstage zur Verfügung gestellt werden.
 ja nein

Gesundheitliche Einschränkungen, Besonderheiten, Allergien, Medikamente: _____

Meiner Tochter dürfen Zecken/Fremdkörper wie Splitter etc. von den Betreuungspersonen entfernt werden:
 ja nein

Ich beziehe
 Kinderzuschlag Wohngeld Arbeitslosengeld II (SGB II) Hilfe zum Lebensunterhalt (SGB XII) Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz und beantrage eine Ermäßigung. (Bitte Nachweis beilegen.)

Ich akzeptiere die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Jugendförderung (siehe: www.lkgi-jugendfoerderung.de).

Ort, Datum, Unterschrift (Personensorgeberechtigte*r)